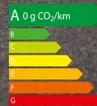
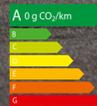
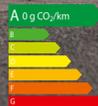


MONTCHAVIN - LES COCHES

Le guide de vos vacances
ÉTÉ 2022





ET SI C'ÉTAIT LE BON MOMENT POUR DÉCOUVRIR LA GAMME HYUNDAI ?

- > Thermique,
- > Electrique,
- > Hybride,
- > Hydrogène.

Venez choisir le modèle et la motorisation qui vous correspond dans nos concessions.

JEAN LAIN HYUNDAI
 ALBERTVILLE CHAMBÉRY
 ECHIROLLES SEYNOD
 VILLE-LA-GRAND

Pour les trajets courts, privilégiez la marche ou le vélo. #SeDéplacerMoinsPolluer

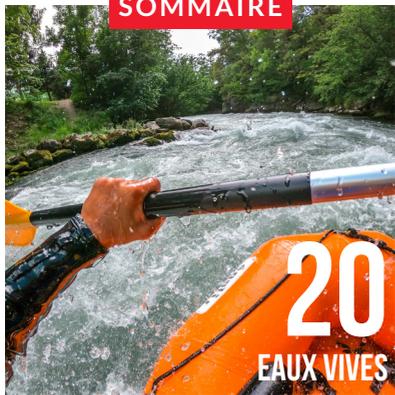
04 201 01 201

www.jeanlain.com


Jean Lain
 MOBILITÉS


HYUNDAI

SOMMAIRE



La Plagne remercie ses partenaires



POYDUFOG



SERENITE



Un séjour inoubliable

Parce que votre séjour doit être un moment de quiétude et de sérénité, la station de La Plagne et l'ensemble des professionnels qui vous accueillent ont mis en place les procédures adaptées pour vous accueillir en toute sécurité sanitaire.

L'ensemble des dispositifs nécessaires est en place pour que chacun puisse profiter pleinement de son séjour, les gestes barrières restant notre priorité.

Vous êtes ici chez vous.



FLASHÉZ &
GAGNEZ
VOTRE SÉJOUR À LA PLAGNE

et de nombreux lots

En partenariat avec
DARE2B



Règlement du jeu-concours et dotations disponibles via le QR code



STATION LABELISÉE TERRE DE JEUX

20
TERRE
DE JEUX
24

La Plagne, terre de champion

La Plagne est heureuse de rejoindre la communauté Terre de Jeux 2024 ! Dès la phase de candidature, Paris 2024 l'a annoncé : ces Jeux seront ceux de la France entière. Avec le label Terre de Jeux 2024 cette promesse s'incarne à La Plagne et partout en France.

Ce dispositif unique dans l'histoire des Jeux valorise les collectivités territoriales qui œuvrent pour une pratique du sport plus développée et inclusive, de la commune à la région, en passant par les différents acteurs du mouvement sportif.





Les Services de l'Office de Tourisme

OFFICES DE TOURISME



Montchavin et Les Coches.



Tous les jours de 9h à 12h et de 14h30 à 18h.

Attention : du 20/06 au 01/07 et du 27/08 au 11/09, du lundi au samedi : de 9h à 12h et de 14h30 à 17h30



Contact Montchavin :
04 79 07 82 82
Contact Les Coches :
04 79 07 82 43
info.montchavin@la-plagne.com
www.montchavin-la-plagne.com

OBJETS PERDUS

Tous les objets perdus sont récupérés et gardés dans nos locaux.

STATIONS PROPRES

Pour la propreté de nos stations, vous disposez de Moloks. Veuillez ne pas déposer vos détritus sur la voie publique.

Pour rappel :

- Containers verts : verre, bouteilles et bocaux.
- Containers jaunes : emballages recyclables, papiers, cartons et plastiques.
- Containers noirs : ordures ménagères.

Vos animaux de compagnie sont également nos amis, mais par respect pour les autres vacanciers, merci de veiller à ce que les lieux qu'ils fréquentent restent propres après leur passage.

MÉTÉO

Un bulletin météo est affiché chaque jour à l'intérieur de l'Office de Tourisme.

INTERNET

Une connexion Wifi est accessible dans la station.



1 jour 5€ - 1 semaine 10€
- 1 mois 20€

Louez votre boîtier Pocket Wifi : réseau Wifi privé 3G / 4G partout dans la station et connectez jusqu'à 10 appareils en très haut débit.



7€ par jour - 39€ par semaine.

PARKING COUVERT

Une quarantaine d'emplacements payants sous l'Office de Tourisme des Coches.



50€ la semaine, 50€ de caution.



Offices de
Tourisme
de France



QUALITÉ
TOURISME



Les petits pas d'une Grande Station

En imaginant il y a 60ans la station de La Plagne, les pionniers ont offert aux habitants de ces montagnes et de leur vallée une vie meilleure. Cela a également permis l'accès aux sports d'hiver et aux loisirs de montagne au plus grand nombre (citadins comme ruraux, petits et grands, novices et grands sportifs, amoureux du ski et de la montagne en France et à l'international...)

Aujourd'hui, notre société fait face à des bouleversements profonds et inédits : le réchauffement climatique, l'effondrement de la biodiversité et leurs impacts sur nos écosystèmes et nos modes de vie. En tant que 1ère station au monde, notre responsabilité est grande. Nous pensons que notre mission historique n'a jamais été aussi importante et prend un sens nouveau à l'aune de ces défis.

La Plagne est une station multi-sites, organisées autour de 55 000 lits, accueillant 575 000 visiteurs par an, au cœur d'espaces naturels exceptionnels. Une gestion éclairée de ces espaces, leur aménagement respectueux pour structurer ces flux de visiteurs, et la sensibilisation à grande échelle sur leur fragilité sont les clés d'un avenir souhaitable pour La Plagne.



La Plagne souhaite aujourd'hui et demain

- Garantir aux habitants de continuer à bien vivre sur le territoire
- Permettre à tout ceux qui le souhaitent d'accéder aux espaces de montagne pour en expérimenter les bienfaits, sans en dégrader les écosystèmes.

LES ENFANTS



CALINS DES NEIGES (5 mois à 4 ans)

2 clubs agréés PMI accueillent les enfants aux Coches. Des plannings d'activités adaptés par tranche d'âge sont proposés.



Place du Carreau aux Coches



Du mardi au vendredi de 9h à 17h.
Du 12 juillet au 26 août.



5€ de l'heure et 7€ le repas



Contact : 04 79 09 00 83

CENTRE DE LOISIRS DES CIMES



Place du Carreau aux Coches.



Du lundi au vendredi de 9h à 17h.
Du 11 juillet au 26 août.



A partir de 16€ la matinée à 50€ la journée.
De 76€ les 5 matinées à 238€ les 5 journées.



Contact : 04 79 09 00 83

MATERIEL A PREVOIR

Petit sac avec baskets ou chaussures fermées, crème solaire, K-Way, chapeau, maillot de bain et serviettes marqués au nom de l'enfant. Pour les plus petits : carnet de santé, affaires de rechange, couches et doudou.

BABY SITTER

Une liste est disponible auprès de l'Office de Tourisme.

SERVICE AUX FAMILLES

Des poussettes, des porte-bébés peuvent être louées dans la plupart des magasins de sport de la station (voir annuaire).

Accro Bungee

UP & GO PARK

Les sensations du trampoline en toute sécurité avec un baudrier. Bondir et rebondir pour réaliser toutes sortes de figures (à partir de 15kg)



Les Coches, face Patinoire



Tous les jours à partir de 10h
Nocturne le mercredi



6€ les 10 mn



Contact : 06 85 02 55 38
www.upandgopark.com

Les 5 expériences vitaminées de l'été à faire en famille

Patinoire :

(Page 13) L'activité rafraîchissante de l'été ! Venez patiner en famille sur de la glace naturelle pour enchaîner glissades et pirouettes.

Family Race :

(Page 23) Course familiale (au moins 1 parent et 1 enfant) jalonnée de petites épreuves sportives pour le plaisir de s'amuser en équipe.

Parcours Accrobranche :

(Page 12) Prenez de la hauteur en grim pant dans les arbres. 88 ateliers pour toute la famille (à partir de 1 an).

Nouveauté 2022 : parcours noir pour les plus motivés (avec accord du staff).

Poneys :

(Page 13) 7 poneys vous attendent pour des balades de 15mn à 1 heure pour découvrir la station autrement.

Canirando et visite de chenil:

(Page 12) Partez en famille à la rencontre des chiens au village tipi Evolution 2 au sommet des Coches.



LABEL FAMILLE PLUS

La Plagne - Montchavin- Les Coches, une station Famille Plus. Les vacances en famille sont un moment privilégié pour les parents comme pour les enfants : c'est le moment des retrouvailles, du partage et des découvertes à vivre ensemble ou séparément.

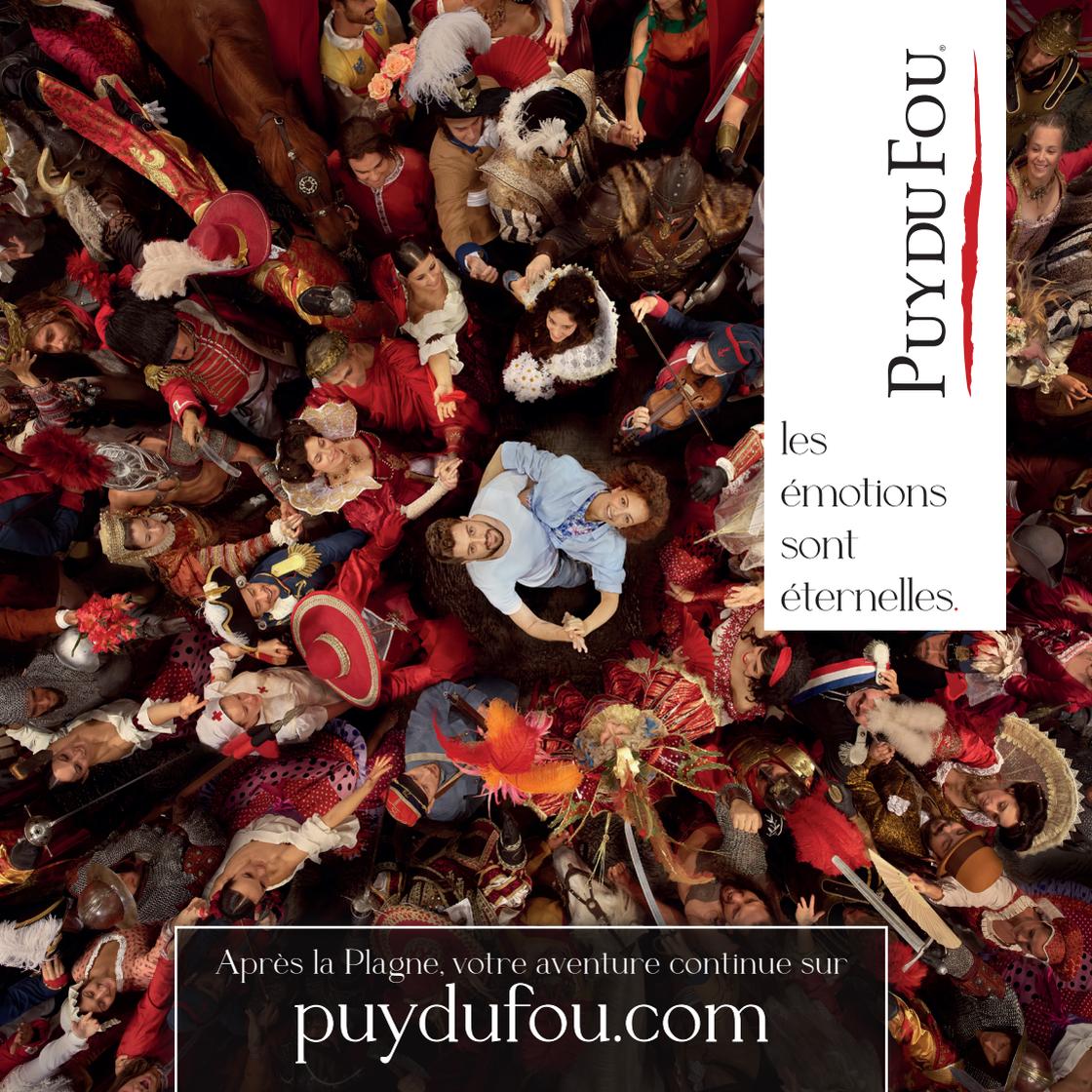
Le label FAMILLE PLUS et les communes labellisées s'engagent auprès des familles et des enfants à tout faire pour leur assurer un accueil adapté et des vacances réussies !

6 engagements pour l'accueil des petits et grands :

- 1 - Un accueil personnalisé pour les familles
- 2 - Des animations adaptées pour tous les âges
- 3 - Du plus petit au plus grand : à chacun son tarif
- 4 - Des activités pour petits et grands, à vivre ensemble ou séparément
- 5 - Tous les commerces et services sous la main
- 6 - Des enfants choyés par nos professionnels

www.familleplus.fr
www.montchavin-la-plagne.com





PUYDUFOU®

les
émotions
sont
éternelles.

Après la Plagne, votre aventure continue sur
puydufou.com



Made by Lucie & Victor

3 randonnées, 2 descentes de VTT, 1 trail...
et encore 4 jours de vacances pour profiter.



VTT, rando, trail...

Avec Yuge, tous vos itinéraires sont dans votre mobile.



YUGE
Paradiski



Canirando et Visite de Chenil

EVOLUTION 2

Au départ de l'univers nordique du village tipi Evolution 2. Venez découvrir les sentiers tracés par nos chiens nordiques. Plusieurs balades à choisir, visites de chenil et plus encore vous y attendent.



Village Tipi Evolution 2



Dimanche au vendredi



A partir de 35€



Contact Montchavin : 04 79 07 81 85
 Contact Les Coches : 04 57 37 18 85
montchavin@evolution2.com
evolution2.com/la-plagne-montchavin-les-coches



Escape Game

ROBIN BERNARD

Dans la forêt des Coches, par équipes de 2 à 5 joueurs. Sortez de la forêt avant la fin du chronomètre en faisant preuve de réflexion et d'efficacité en résolvant une série d'énigmes sur le thème de la montagne.



Les Coches, Télési Petit Saugert



Lundi au Vendredi /01/07 au 30/08)

Créneau : 10h / 11h / 14h / 15h



1partie = 1heure : 15€/ personne

A partir de 7 ans (présence des parents)



Contact : 06 52 05 47 60



Parcours Accrobranche

UP & GO PARK

88 ateliers répartis sur 5 parcours famille évolutifs (62 ateliers) équipés d'une ligne de vie continue et un parcours Pitchouns (26 ateliers) dédiés aux tous petits (jusqu'à 5 ans et accompagnés d'un adulte).



Les Coches, Face à la patinoire



Tous les jours, à partir de 10h
 Nocturne le mercredi



- Parcours Pitchouns (2 à 5 ans) : 9€
 - Parcours Famille : 19€/personne



Contact : 06 85 02 55 38

www.upandgopark.com

Poneys

LE MINI RANCH

*Location de poneys pour les enfants à partir de 3 ans.
Plusieurs tours possibles de 15mn à 1 heure.*

-  Les Coches, Télési Petit Sauguet
-  Lundi au Vendredi
De 10h à 12h & de 14h à 17h30
-  - 15 mn : 8 €
- 30 mn : 12€
- 1 h : 20€
-  Contact : 06 80 36 93 07



Tir à l'Arc

OFFICE DE TOURISME

Robin des Bois vous accueille pour des leçons de tir à l'arc sur le pas de tir et la « Chasse aux Zombies » en forêt.

Tournoi de tir à l'arc les vendredis matin.

-  Montchavin et Les Coches
-  Lundi, Mercredi et Vendredi de 10h à 12h & de 14h à 18h.
-  - 30 minutes : 8€
- 1 heure : 13€
- Stage (6 x 1h) : 65€
- Tournoi : 8€
- Parcours Zombie 1h30 : 16€
-  Contact : 04 79 07 82 82
Robin des Bois : 06 10 68 48 28

Trottinette Électrique

UP & GO PARK

Activité insolite tout terrain pour profiter d'un panorama entre lac et montagne. Sorties encadrées par un moniteur diplômé.

-  Les Coches face à la patinoire
-  Tous les jours à partir de 10h.
Nocturne le mercredi
-  - Encadrement en petits groupes.
A partir de 1h30 : 45€
Casque fourni. A partir de 14 ans.
-  Contact : 06 85 02 55 38
www.upandgopark.com

Patinoire



PATINOIRE

*Patinoire en glace naturelle sur une surface de 800 m2 avec vue exceptionnelle sur le Mont-Blanc.
Nombreuses animations et jeux tout l'été.*

-  Les Coches
-  Tous les jours de 10h à 20h
Nocturnes jusqu'à 22h le mercredi
-  A partir de 5€ sans patins
A partir de 8€ avec patins
-  Contact : 04 58 24 00 46

RANDONNÉE



Randonnée en montagne

BUREAU MONTAGNE ET NATURE

Balades thématiques Natur'Découverte. Comprendre la nature en s'amusant : le retrait d'un glacier, comment s'orienter, l'utilisation des plantes...

Approchez la montagne au fil des randonnées faciles en famille ou pour bons marcheurs : sommets, lacs, faune, flore, richesse des parcs nationaux... avec des guides et accompagnateurs diplômés d'état.

 Les Coches, Bureau des Guides à côté de l'Office de Tourisme

 Inscriptions du dimanche au vendredi, de 18h à 19h aux Coches

 1/2 journée à partir de 12€
journée à partir de 20€ (tarif unique)

 Contact : 06 63 88 70 73 ou 06 01 78 06 65
guidesmontchavin@gmail.com www.guidesmontagne.com

Un plan de 16 itinéraires est gratuitement mis à votre disposition dans les Offices de Tourisme de Montchavin et des Coches.

- Munissez-vous de chaussures adaptées et consultez la météo avant de partir.
- Prenez un casse-croûte et une bouteille d'eau.
- Crème solaire, lunettes de soleil, vêtements chauds et de pluie.
- Ne partez pas seul et prévenez de votre itinéraire.
- Tenez votre chien en laisse et en cas d'accident, contactez le 112.

Canyoning

BUREAU MONTAGNE ET NATURE

Descendre des gorges et torrents encaissés en mélangeant les techniques de l'alpinisme et de la natation avec un guide diplômé d'état.

 Les Coches, Bureau des Guides à côté de l'Office de Tourisme

 Inscriptions du dimanche au vendredi, de 18h à 19h aux Coches

 Initiation 1/2 journée : 55€, journée : 70€

 Contact : Serge 06 77 07 06 22 ou 06 01 78 06 65
guidesmontchavin@gmail.com www.guidesmontagne.com

Montchavin-Les Coches se trouve en périphérie du Parc National de la Vanoise. Vous trouverez dans nos offices : fiches techniques, réglementation, journal du parc, liste des refuges... Le cœur du parc s'étend sur 53 000 hectares. Depuis notre station, l'accès le plus rapide se fait par Peisey-Naneroix, à la porte de Rosuel (15km).



Randonnée Glaciaire

BUREAU MONTAGNE ET NATURE

Une petite équipe de passionnés de montagne vous propose de découvrir et de partager la magie des glaciers et des parois.

-  Les Coches, bureau à côté de l'Office de Tourisme

-  Inscriptions du dimanche au vendredi, de 18h à 19h aux Coches

-  A partir de 84€

-  Contact : Jean-Michel 06 09 30 56
40 ou 06 01 78 06 65
guidesmontchavin@gmail.com
www.guidesmontagne.com

Escalade

BUREAU MONTAGNE ET NATURE

Accent mis sur la technique de pose des pieds, sur l'assurage, l'encordement, la descente en moulINETTE.

-  Les Coches, bureau à côté de l'Office de Tourisme

-  Inscriptions du dimanche au vendredi, de 18h à 19h aux Coches

-  La 1/2 journée à partir de 40€

-  Contact : Jean-Michel 06 09 30 56
40 ou 06 01 78 06 65
guidesmontchavin@gmail.com
www.guidesmontagne.com

Via Ferrata

BUREAU MONTAGNE ET NATURE

Gravir des parois rocheuses à l'aide de moyens artificiels, échelles, marches, câbles, ponts népalais pour faciliter l'ascension.

-  Les Coches, bureau à côté de l'Office de Tourisme

-  Inscriptions du dimanche au vendredi, de 18h à 19h aux Coches

-  1/2 journée : 62€, journée : 85€

-  Contact : Jean-Michel 06 09 30 56
40 ou 06 01 78 06 65
guidesmontchavin@gmail.com
www.guidesmontagne.com

REMONTÉES MÉCANIQUES



Remontées mécaniques piétons et VTT

- **Télécabine des Coches** : du dimanche au vendredi de 9h à 12h15 et de 13h30 à 17h40 (03 juillet au 28 août 2022).
- **Télesiège de Plan Bois** : du dimanche au vendredi de 9h à 12h15 et de 13h30 à 17h40 (03 juillet au 28 août 2022).
- **Télébufette** : du dimanche au vendredi de 9h à 12h15 et de 13h30 à 17h40 (03 juillet au 28 août 2022).
- **Vanoise Express** : lundi & mardi et jeudi & vendredi de 9h à 12h45 et de 14h à 17h40 (04 juillet au 26 août 2022).
- **Ouverture de la Télécabine des Coches, du Télesiège de Plan Bois et du Télébufette** les week-end du 25 & 26 juin et du 03 & 04 septembre.

TARIFS FORFAIT LA PLAGNE / VANOISE EXPRESS EN VENTE DANS LES OFFICES DE TOURISME

Tarif par personne	12 ans et +	5 - 12 ans
1 passage	8€	8€
2 h VTT Bike Park La Plagne	15€	15€
1 jour piéton / VTT La Plagne	22€	18€
7 jours consécutifs piéton / VTT La Plagne	47€	38€
Saison piéton / VTT La Plagne	105€	84€
1 Aller simple Vanoise Express	9€	9€
1 Aller Retour Vanoise Express	15€	15€
1 journée extension	18€	14.5€

L'accès par la Télécabine des Coches et la Télébufette est gratuit pour circuler librement entre les villages de Montchavin et des Coches.

E SPOTS VTT

Des espaces ludiques agrémentés de différents mouvements de terrain (virages relevés, petites bosses etc.) ou modules ludiques. Ils permettent de profiter de toutes les capacités des VTT à assistance électrique pour s'amuser et se faire plaisir aussi bien en montée qu'en descente.



Les Coches, sommet Télébufette



Tous les jours



Gratuit



Contact : 04 79 07 82 82

info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com

Encadrement VTT et VTTAE



VTT - VTTAE

EVOLUTION 2

Découvrez les sentiers de la région dans la bonne humeur avec un guide VTT. Nos sorties sont adaptées à tous les niveaux, pour les petits et les grands !



Montchavin et Les Coches



Tous les jours



A partir de 35€ (découverte VTT électrique 1h30)

A partir de 40€ (Sortie VTT enfant 1/2 journée)

A partir de 55€ (Sortie VTT adulte 1/2 journée)



Contact Montchavin : 04 79 07 81 85
Contact Les Coches : 04 57 37 18 85
montchavin@evolution2.com
evolution2.com/la-plagne-montchavin-les-coches

Location VTT et VTTAE



EVOLUTION 2

Louez un VTT et partez à l'aventure en autonomie sur les chemins de Montchavin et des Coches. Et en nouveauté cet été : le Gravel électrique !



Montchavin et Les Coches



Tous les jours



A partir de 8€ (VTT enfant)

A partir de 38€ (VTT adulte)

A partir de 30€ (VTT électrique)

A partir de 45€ (Gravel électrique)



Contact Montchavin : 04 79 07 81 85
Contact Les Coches : 04 57 37 18 85
montchavin@evolution2.com
evolution2.com/la-plagne-montchavin-les-coches



BENOIT SPORT LA POUDREUSE

Le magasin La Poudreuse vous propose la location de VTT pour parcourir et découvrir notre domaine.



Les Coches



Tous les jours



A partir de 5€ (enfants)

A partir de 19€ (VTT adultes)

A partir de 30€ (VTT électrique)



Contact : 04 79 07 85 27
contact@benoitsports.com
www.location-ski-lescoches.com

7 - 10 JUILLET 2022

DAINEFINE DESIGN © - PHOTOS : JAZZ, Pierre Augustin, T&S



LA PLAGNE
Paradiski

Super
Huit

COURSE VTT - VTTAE ALL MOUNTAIN

GRAND8

VTTAE

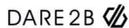
100KM / 2 JOURS / 1 BIVOUAC

DOUBLE8

VTT & VTTAE

20KM / 35KM / 60KM / 80KM

WWW.SUPER-HUIT.COM





Course Orientation



OFFICE DE TOURISME

2 parcours sur la station : un parcours découverte à Montchavin avec 8 balises et devinettes et un parcours sportif aux Coches avec 25 balises. Cartes disponibles dans les Offices de Tourisme.



Montchavin et Les Coches



Tous les jours



Gratuit



Contact : 04 79 07 82 82

info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com

Trail

OFFICE DE TOURISME

4 itinéraires dédiés au Trail ont été aménagés sur le domaine de Montchavin avec différents niveaux de difficulté. D'autres itinéraires sont possibles sur le domaine de la Plagne. Topos disponibles dans les Offices de Tourisme.



Montchavin et Les Coches



Tous les jours



Gratuit



Contact : 04 79 07 82 82

info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com

Quad / Buggy / 4x4

EVOLUTION 2

Explorez les chemins de montagne autrement avec nos excursions guidées.



En vallée



Tous les jours



A partir de 85€



Contact Montchavin: 04 79 07 81 85

Contact Les Coches: 04 57 37 18 85

montchavin@evolution2.com
evolution2.com/la-plagne-montchavin-les-coches

EAUX VIVES



AN-RAFTING

 Base AN rafting - Les Iles de Macot - Z.A

Du 1er mai au 30 septembre

 Tous les jours de 8h30 à 18h30 sur réservation

 • Descente à partir de 54€
• Descente famille dès 45€

 Contact : 04 79 09 72 79
savoie@an-rafting.com
www.an-rafting.com

RÈVE D'EAU

 Base de loisirs des Versants d'Aime

 Tous les jours sur réservation

 Nous consulter

 Contact : 06 74 76 42 34
info@revedeau-rafting.com
www.revedeau-rafting.com

ESSAONIA - ESPRIT RAFTING

 Base de loisirs de Centron

 Tous les jours sur réservation

 • A partir de 56€ selon le choix d'activité
• Groupes, enfants (nous consulter)

 Contact : 06 63 08 30 16
contact@essaonia.com
www.essaonia.net

LA PLAGNE EAUX-VIVES

 Base de loisirs des Versants d'Aime

En juillet et août :

 Descente de l'Isère le matin

Location kayak, paddle au plan d'eau l'après midi

 • A partir de 7€ location de kayak ou paddle
• A partir de 35€ la découverte en eau vive
• Groupes, enfants, stages

 Contact : 07 70 18 70 12
laplagnekayak@gmail.com
www.laplagne-eauxvives.com

FRANCRAFT

 Base de loisirs de Centron

 Tous les jours du 1er mai au 30 septembre sur réservation

 • De 56€ à 80€/pers. suivant l'activité
• Groupes, enfants (nous consulter)

 Contact : 04 79 55 63 55
info@francraft.com
www.francraft.com

H2O SPORTS

 Centre d'activité H2o Sports

 Tous les jours de 9h à 19h
5 départs par jour selon le programme choisi

Choisissez votre budget, durée, activité, niveau sportif

- Economique 1h30 : 42€
- Basique 2h00 : 52€
- Classique 2h30 : 62€
- Premium 3h00 : 72€

 Contact : 04 79 07 97 21
info@h2osports.fr
www.h2osports.fr

RAFT IN ACTION

Contact : 06 63 08 30 16

FLY IN PARADISE

En biplace avec un pilote professionnel, réalisez le plus vieux rêve de l'homme, voler !

 Prariond/Les Charmettes, Aime
2000, Belle Plagne/Arpette-St
Jacques et vallée

 Tous les jours 9h-19h, sur réservation

 • De 85€ à 170€ selon le choix du vol
et du nombre

 Contact : 06 63 71 59 78
contact@fly-in-paradise.fr
www.fly-in-paradise.fr

AN-RAFTING

Envoyez-vous en l'air et appréciez
la vue à 360°. Sans expérience
préalable.

 Macot - Z.A

 Tous les jours sur réservation

 • A partir de 80€
• Groupes, enfants (nous consulter)

 Contact : 04 79 09 72 79
savoi@an-rafting.com
www.an-rafting.com

PLAGN'AIR PARAPENTE

Venez découvrir l'air pur de nos
montagnes. Vol en parapente
biplace de 7 à 77 ans accompagné
de moniteurs diplômés d'état.

 Grande Rochette - Secteur Plagne
Centre

 Tous les jours de 9h à 18h dès le 19
mai. Hiver : Tous les jours dès 9h

 • 110€ le vol de 15min
• 150€ le vol de 30 à 40min

 Contact : 06 15 06 09 31
para.plagnair@gmail.com
www.laplagne-parapente.com

QUATRIÈME DIMENSION

Venez vivre la sensation unique du
vol en tandem parapente. Plaisir et
émotion garantis. Stéphane Drouin,
pilote et entraîneur du Pôle France
et plusieurs fois titrés mondialement
partage sa passion avec enthousiasme
et professionnalisme. Dès 4 ans.

 Stations La Plagne Altitude et
vallée

 Tous les jours sur réservation

 • A partir de 80€ selon le choix
du vol

 Contact : 06 12 73 66 56
planetair@wanadoo.fr
www.3vallees-parapente.com/parapente-ete

AIR TARENTAISE

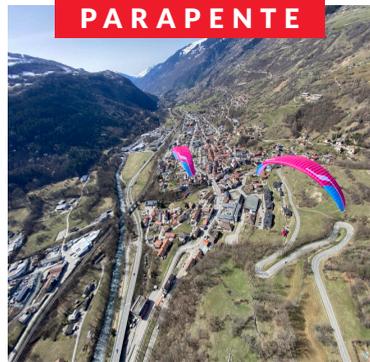
Depuis 1998, une équipe de
professionnels passionnés, titrés et
très expérimentés pour vous faire vivre
une véritable aventure humaine. Air
Tarentaise propose aussi de la voltige de
haut niveau. Dès 3 ans.

 Stations La Plagne Altitude et vallée

 Tous les jours sur réservation

 • Vol découverte : 85 €
• Vol panoramique : à partir de
120 €
• Vol prestige : 180€
• Vols d'exceptions :
- vol King sunset : 300€
- vol Cross : 400€

 Contact : 07 83 78 37 90
contact@parapente-la-plagne.com
www.parapente-la-plagne.com



PARAPENTE

Formation de pilote

Air Tarentaise propose aussi...

Vous rêvez de découvrir une nouvelle
activité et d'apprendre à voler ? Air
Tarentaise, Ecole de Parapente, vous
accompagne au cours des différentes
étapes de votre projet et vous
propose un large choix de services
pour répondre à vos envies.

 Stations La Plagne Altitude et vallée

 De mai à fin octobre

 Formation de pilote :
• Stage 5 jours à partir de 620€

 Contact : 07 83 78 37 90
contact@parapente-la-plagne.com
www.parapente-la-plagne.com

HIVER

425 KM

de pistes – Domaine skiable Paradiski®

323 HECTARES

de pistes enneigées

130 REMONTÉES

mécaniques

264 PISTES DE SKI

36 pistes noires - 79 pistes rouges
137 pistes bleues - 12 pistes vertes

5 PISTES «NATURE»

sécurisées non damées d'altitude

2000 M d'altitude

L'unique station française à disposer d'une

**PISTE OLYMPIQUE
DE BOBSLEIGH**



*une dose
d'oxygène dans
un espace XXI*

**OUVERTURE DE LA SAISON
LE 17 DÉCEMBRE**

CET HIVER ...

Winter Family
Races

Magie de Noël

Les Diables Bleus

Super Slalom

Descentes aux
Flambeaux

Fête de la Sainte
Agathe

Carnaval

Marchés

Chasses au trésor

Battle Archery

Curling & Bowling
humain

ACTIVITÉS



Complexe Aquatique



ESPACE PARADISIO

Espace bien être avec : un grand bassin, Spa, jacuzzi, sauna, hammam, cabines de soins esthétiques.



Montchavin



Du lundi au dimanche de 10h00 à 19h30.

Nocturne le mercredi jusqu'à 21h30.



- Entrée piscine extérieure :
enf : 5€ - ado (14/17ans) : 6€ - ad : 7€
- Entrée SPA + piscine :
enf: 9€ -ado (14/17ans) : 15€ - ad : 20€
- Aquabiking et aquagym :
à partir de 15€
- Cours de natation sur demande



Contact : 04 79 09 33 20
espace-paradisio@aquaplagne.fr
www.aquaplagne.fr

Tennis Leçons

CLUB DE TENNIS LA PLAGNE TARENNAISE

Venez vous initier ou vous perfectionner au Tennis avec une vue incroyable sur les montagnes. Découvrez aussi le Tennis Santé et ses bienfaits thérapeutiques.



Les Coches



Sur réservation à partir du 20/07



1 heure : 40€ (de 1 à 6 personnes)



Contact : 04 79 07 82 82
ou 06 62 10 19 42

info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com

L'accès aux terrains de Tennis de Montchavin et des Coches est libre et ouvert à tous.



Sophrologie & Sophrologie Nature

La sophrologie est une technique de relaxation basée sur la respiration, la détente musculaire et la visualisation positive. Elle apporte confiance en Soi, estime de Soi, connaissance de Soi, une vie épanouie, sereine, en bonne santé.

La sophrologie-nature est une reconnexion profonde avec les éléments, l'air, l'eau, le feu et la terre.

Les éléments nettoient et purifient le corps et le remplissent de NOUVELLES énergies de vitalité, joie, douceur, calme, bienveillance, amour avec soi-même...



Sophrologie : RDV devant l'Office de Montchavin

Sophrologie nature : RDV parking Orgère aux Coches



Sophrologie : Le jeudi de 10h30 à 11h30

Sophrologie Nature : Le mercredi de de 9h30 à 12h



Sophrologie : 15€/adulte & 10€/enfant (à partir de 6/8 ans) la séance
Sophrologie Nature : 30€/adulte & 25€/enfant (à partir de 9/10 ans)



Contact : 04 79 07 82 82
info.montchavin@la-plagne.com
www.montchavin-la-plagne.com

Sylvothérapie

C'est un bain de bien-être en pleine forêt, une reconnexion profonde avec celle-ci et soi-même. C'est également apprendre à s'approcher des arbres dans un grand respect, leurs demander l'autorisation de se connecter à eux, ressentir leurs différentes énergies...



RDV Sommet Télécabine Lac Noir



Le jeudi de 14h à 16h



25€/adulte & 20€/enfant (à partir de 12 ans) la séance



Contact : 04 79 07 82 82
info.montchavin@la-plagne.com
www.montchavin-la-plagne.com

Entraînements Nature

*Gym douce, souplesse et renforcement musculaire en pleine nature (niveau débutant)
*Cardio, renforcement musculaire et défis sportifs en pleine nature (niveau intermédiaire)



En extérieur



Sur demande



10€ par séance, 25€ 3 séances
40€ 5 séances



Contact et inscriptions :
Marine 06 34 75 45 84



Aquarelle



Cinéma



Patrimoine & Culture



Jean-Loup Benoit vous propose de vous initier à l'art de peindre à l'aquarelle d'après une photo de paysage de montagne.

Salle de 250 places. Deux séances par jour en système numérique.

Avec une guide du Pays d'art et d'histoire Fondation FACIM, chaque semaine un programme riche et varié à la découverte du patrimoine de la vallée.



Montchavin, salle Auguste Mudry



Mardi de 9h à 12h du 19/07 au 23/08



40€ la séance de 3h (matériel compris) sur inscription.



Contact : 06 79 62 98 67
benoit.jeanloup@free.fr

<https://jlbenoit.blogspot.com>



Montchavin



Du lundi au vendredi à 18h et 21h



A partir de 7€



Contact : 04 79 41 75 14
info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com



Montchavin - Les Coches



Du lundi au jeudi



A partir de 4€ (enfants 2-12 ans),
8€ (adultes)



Contact : 04 79 07 82 82
info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com



Ecole de Cirque La Cloche

*Stages de cirque traditionnel le matin: fil, jonglage, trapèze, trampoline et pyramide...
L'après-midi: porté, équilibre, acrobatie au sol, contorsion, tissu et cerceau aérien.*



Les Coches, chapiteau de cirque



Du lundi au vendredi.

Baby cirque : parent + enfant

- 2/5 ans : 17€ x 1h / 68€ le stage 5h/semaine

- 5/7 ans : 14€50 x 1h / 58€ le stage 5h/semaine

- 8/18 ans : 26€50 x 2h / 96€ le stage 10h/semaine

- Adultes : 15€50 x 1h / 64€ le stage 5h/semaine

- Cirque Plus : 178€ le stage intensif de 20h/semaine



Contact : 04 79 07 82 82



info.montchavin@la-plagne.com

www.montchavin-la-plagne.com



Magie

ROBIN BERNARD

*Venez apprendre la magie
avec Robin notre magicien
mentaliste et découvrez
comment bluffer votre
entourage.*



Lieu à déterminer



Du lundi au vendredi

De 17h à 18h à partir de 7 ans.

Créneaux privés possibles



- 15 € la séance

- 60€ le stage de 5 séances



Contact : 06 52 05 47 60



Les temps forts de l'été

- Dimanche 26 juin : **Motor Sportive Day**

11ème édition de ce rassemblement de belles sportives et supercars au profit de l'Oeuvres des Pupilles des Sapeurs Pompiers.

- Le 02 juillet : **Big Race**

Nouveau : 2 courses ouvertes à tous aux Coches. 1ere course avec des obstacles et une 2nde à la nuit tombée avec un parcours d'orientation.

- Du 7 juillet au 10 juillet : **Super 8**

Le grand événement VTT & VTT-AE all mountain. 2 épreuves le «Grand 8» réservé aux experts et aux élites et le «Double 8» pour les amateurs.

- Mardi 19 juillet : **Saveurs & Savoir-Faire**

Aux Coches, de 10h à 19h, les artisans exposent et partagent leur passion du savoir-faire.

- Mercredi 20 juillet, 3 & 17 août : **Rencontres d'Alpage**

Une journée dans la vallée des Bauches avec dégustation de produits locaux, rencontre d'un berger et son chien, musique en acoustique.

- Mercredi 20 juillet : **Plagne Voice**

- Jeudi 21 juillet et 04 août : **Family Race**

Epreuve conviviale en famille en marchant ou en courant. Parcours ludique et jalonné de surprises.

- Jeudi 21, 28 juillet et 11 août : **Soirées Etoilées de Planbois**

- Lundi 25 juillet & 09 août : **Splash Day**

Tous en maillot pour une journée délirante aux Coches

- Samedi 30 juillet : **La 6 000 D**

Course mythique et première en son genre à l'époque, la 6000D reste un défi pour la plupart des Traileurs.

- Mercredi 03 août : **MusiPlagne**

Bon Entendeur en concert

- Dimanche 07 août : **Montchavin en fête**

Grande fête du village avec de nombreuses animations proposées par l'association des commerçants et l'Office de Tourisme.

- Lundi 15 août : **Kermesse des Coches**

Journée kermesse, spectacle familial et feu d'artifice. Cham-boule-tout, pêche aux canards et jeux à n'en plus finir.

- Mardi 17 août : **Street Bike Evolution 2**

Animation VTT : circuit de maniabilité pour les enfants et parcours sous forme de relais (45 min) pour les adultes. Tracé dans les ruelles de Montchavin



Les réseaux sociaux

Retrouvez nous sur les réseaux sociaux pour suivre en live nos vidéos, sans oublier les photos et les informations sur la station.

Facebook : MontchavinLaPlagne

Twitter : @Montchavin

Tik Tok : la_plagne

Instagram : plagne_montchavin_les_coches

You tube: La Plagne TV

Partagez vos souvenirs de la Plagne avec

#maplagne



Les animations hebdomadaires

Spectacles de rue, jeux et défis pour tous, démonstrations..

De nombreuses animations vous sont proposées gratuitement toutes les semaines.

- Lundi : marché hebdomadaire proposé par l'Association des Commerçants dans la rue Principale à Montchavin de 17h à 20h.

- Tout au long de la semaine : spectacles de magie, de cirque, de déambulation, tournois sportifs, ateliers Do It Yourself, balades contées, sorties en alpage avec la FACIM et de nombreuses autres animations à découvrir.

Tous les dimanches, retrouvez les prestataires au «Forum des Activités» aux Coches à 11h.

Retrouvez également la présentation des activités et animations de la semaine les lundis à Montchavin dès 17h pendant le marché.

Crédits Photos : Office de Tourisme de la Grande Plagne, Philippe Gal, Cébéd, Puy du Fou, La Folle Entreprise, Olivier Allamand, Elina Sirparenta..

Conception : Office de Tourisme de la Grande Plagne, Office de Tourisme de Montchavin-Les Coches. Impression : imprimerie l'Edelweiss.

Les éditions sont réalisées par un imprimeur ayant obtenu un label ou une certification environnementale.

Document non contractuel. Ne pas jeter sur la voie publique.

Les informations données dans ce document sont données à titre d'information et sont susceptibles d'être modifiées.

TRANSPORTS



Infos pratiques

SNCF 36 35
Gare de Landry (10km).

Aéroports

Génève (186km) 00 41 22 717 71 11
Lyon St Exupéry (184km) 0 826 80 08 26

Réseau routier 0 800 100 200
Autoroute A43 jusqu'à Albertville. Voie express 4 voies jusqu'à Moûtiers. RN90 jusqu'à Landry.
GPS : Longitude : 6.7326237 et latitude : 45.559839

Taxis

Des numéros de Taxis sont disponibles auprès de l'Office de Tourisme.

Navettes depuis la gare

Transports Loyet 04 79 55 64 76

Bus liaison gare sncf

Des bus circulent du 02/07/2022 au 28/08/2022 les samedis. Ils desservent les villages de Montchavin et des Coches.

Renseignements auprès de l'Office du Tourisme.
Pour les retours, réservation des billets sur : www.cars-region-savoie.fr, rubrique «J'achète mon titre de transport».

Navette Station / Plan d'eau / Plagne Centre

A partir du 05 juillet au 27 août, du lundi au vendredi.
Départ 10h des Coches, puis arrêts Montchavin, Montorlin, Le Grand Bochet, Les Granges et Le Plan d'Eau.
Correspondance possible avec la navette de La Plagne.
Retour 16h45 du Plan d'Eau, Les Granges, Le Grand Bochet, Montorlin, Montchavin et Les Coches.

Liaisons interstation

Du 18 au 24 juin, du 27 juin au 02 juillet & du 27 aout au 02 septembre et du 05 au 11 septembre :

Des navettes gratuites circulent du lundi au vendredi.

Montchavin	Les Coches	Patinoire	Les Coches
10h	10h15	10h20	10h30
11h	11h15	11h20	11h30
12h	12h15	12h20	12h30
13h30	13h45	13h50	14h00
14h30	14h45	14h50	15h00
15h30	15h45	15h50	16h00
16h30	16h45	16h50	17h00

Du 03 juillet au 28 août (dimanche 26 juin & 4 septembre) :
La liaison entre Montchavin et Les Coches sera assurée par la Télécabine des Coches et le Télébuffette du dimanche au vendredi de 9h à 12h15 et de 13h30 à 17h40. **Gratuit**

THEY WON'T LOSE THEIR GRIP
EVEN IF YOU DO

CÉBÉ ZONE



S'TRACK 2.0 M

Deez Photo

130 YEARS
Y CÉBÉ

PARTENAIRE OFFICIEL DE LA PLAGNE
Parisiski



ANNUAIRE DES PROFESSIONNELS ADHÉRENTS À L'OFFICE DE TOURISME

Hébergements & Agences Immobilières

Montchavin & Les Coches

Agence Immobilière des Glaciers	04 79 04 22 86
Agence OIP	04 79 07 83 27
Michel Gedda Immobilier	04 79 04 29 60
Eneo Immobilier	04 79 01 02 03

Montchavin

Le Chalet de Friolin	04 79 55 37 49
Résidence Les 3 Glaciers	04 79 06 89 69
Neige et Soleil	04 79 07 83 22
VVF Villages Village de Vacances	04 79 07 83 06
Camping Caravaneige	04 79 07 83 23

Les Coches

GSI Immobilier	04 79 07 80 70
Maeva.com	04 79 04 22 00
Au Mont d'Eden Spa, sauna, hamma	06 43 32 60 64
Goélia Les Chalets de Wengen	04 79 41 75 05
Résidence Backgammon - OIP	04 80 08 12 00
Pierre & Vacances Le Rami	04 79 04 22 00

Bars & Restaurants

Montchavin

Cocotte and Co Traditionnel & savoyard	07 77 34 72 72
La Bovate Bar à Cocktails et cuisine raffinée	09 83 54 44 94
Le Dos Rond Burgers	09 67 35 09 64
La Ferme de César Restaurant de terroir	04 79 07 85 31
La Zaccota Pizzeria Sur place et à emporter	04 79 08 82 31

Les Coches

Chez Wam Pizza, snack à emporter, livraisons	04 79 07 69 75
La Fleur de Neige	04 79 41 20 27
La Table du Tarin	04 79 22 08 98
La Taverne du Monchu	04 79 07 80 44

En altitude

Chez Pat du Sauget Le Sauget	06 88 45 28 19
Le Chalet du Friolin Les Bauches	04 79 55 37 49
Le Joli Bois Au Vanoise Express	04 79 07 48 77
Le Plan Bois Chez Laurette Plan Bois	06 09 34 37 88

Administration / Sécurité

Mairie de Bellentre	04 79 09 71 52
Service de l'Eau	04 79 09 71 52 (taper 4)
Gendarmerie Aime	17 / 04 79 55 61 17
Police Municipale	04 79 09 74 39
Pompiers	18

Retrouvez tous les gîtes, chalets et meublés de tourisme sur notre brochure hébergements disponible à l'Office de Tourisme ou sur : www.montchavin-la-plagne.com ou en appelant

La Plagne Resort au : 04 79 09 79 79

Alimentation, Cadeaux & Produits Régionaux

Montchavin

Boulangerie Pâtisserie le Matafan	04 79 07 84 11
Les Tarines Charcuterie, Crèmerie, Traiteur	04 79 07 81 66
Supérette Sherpa	04 79 01 31 00

Les Coches

Alimentation Spar Rayon Parapharmacie	04 79 07 13 10
Boulangerie Pâtisserie, Croissanterie	04 79 07 80 27
Les Flocons	04 79 07 80 00
Presse Les Belles Feuilles	04 79 07 80 02

Services de Santé

Montchavin

Pharmacie	04 79 07 80 54
Du 18/06 au 03/07 et du 03/09 au 11/09 : tous les matins de 10h à 12h.	
Du 04/07 au 02/09 : tous les jours de 10h à 12h et de 16h à 19h.	
Pharmacie de garde	3237
Centre Kiné Bien-Être	06 29 72 77 52
Ouvert du lundi au vendredi sur rendez-vous.	

Les Coches

Cabinet Médical	04 79 07 83 59
Docteur Valérie Foucault. Médecine générale. Ouvert tous les jours de 9h00 à 12h00 et de 15h00 à 18h30 sauf le samedi matin. Sans rendez-vous.	
En cas d'urgence (hors heures ouvrables)	15 ou 112
Hôpital de Bourg Saint Maurice	04 79 41 79 79

Autres Services

Montchavin & Les Coches

Conciergerie / Location linge Just Ride	04 79 06 89 69
---	----------------

Montchavin

La Poste	04 79 07 80 05
Ouverture du lundi au vendredi de 9h30 à 12h30.	

Distributeur automatique de billets : à l'entrée du village, sous la porte de Montchavin.

Laverie Automatique (Place du Bassin)	04 79 07 83 21
--	----------------

Commerces & Articles de Sports

Montchavin

Evolution 2 Ecole VTT & Aventure	04 79 07 81 85
Montchavin Sport	04 79 07 83 84

Les Coches

Benoit Sports - la Poudreuse	04 79 07 85 27
Evo 2 Ski Shop	04 57 37 18 85
Intersport La Randonnée	04 79 07 83 46

Artisans

Favre Yannick Cuisine, salles de bain, boiseries	06 13 40 89 16
--	----------------



1 MOIS DE PLUS POUR EN PROFITER !

**OFFICE DE TOURISME DE
MONTCHAVIN LES COCHES**

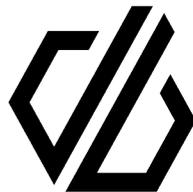
Tél : + 33 4 79 07 82 82
info.montchavin@la-plagne.com

Montchavin les Coches vous accueille
du 18 juin au 11 septembre



LA PLAGNE
MONTCHAVIN - LES COCHES

DARE 2B



**PARTENAIRE TEXTILE OFFICIEL DE
LA PLAGNE & LA 6000D**



LA PLAGNE
RESORT.COM



L'AGENCE DE VOYAGE 100% LA PLAGNE **LAPLAGNERESORT.COM**

**Réservez votre séjour à La Plagne directement
auprès de notre agence de voyage en ligne.**

Une seule adresse pour l'ensemble de votre séjour : www.laplagneresort.com

- Hébergement
- Transport (train & avion) & transferts
- Forfait de ski
- Activités
- Cours de ski
- Location de matériel

**UNE EXCLUSIVITÉ
LA PLAGNE !**



**OFFICE DE TOURISME
DE LA GRANDE PLAGNE**

Tél : + 33 4 79 09 02 01
info@la-plagne.com

LA PLAGNE RESORT

Tél : + 33 4 79 09 79 79
info@laplagneresort.com

www.laplagneresort.com



LA PLAGNE
Paradiski